

MENÚS ALTERNATIVOS

OCTUBRE 2023



— COLEGIO PÚBLICO BILINGÜE —
Virgen de Navalazarza





C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚ ALTERNATIVOS OCTUBRE 2023

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	2	1º MACARRONES GRATINADOS CON SALSA DE TOMATE 2º FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA	1º MACARRONES CON SALSA DE TOMATE 2º FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA	1º MACARRONES SIN GLUTEN GRATINADOS CONSALSA DE TOMATE 2º FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA	1º MACARRONES GRATINADOS CON SALSA DE TOMATE 2º FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA	1º MACARRONES GRATINADOS CON SALSA DE TOMATE 2º FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA	1º MACARRONES SIN GLUTEN CON SALSA DE TOMATE 2º FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA	1º MACARRONES REHOGADOS 2º FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G P MANZANA	1º MACARRONES GRATINADOS CON SALSA DE TOMATE 2º FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA	1º MACARRONES SIN GLUTEN GRATINADOS CONSALSA DE TOMATE 2º FILETE DE PAVO AL HORNO G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE P MANZANA
MARTES	3	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON 2º CINTA DE LOMO AL HORNO G PATATAS FRITAS P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS 2º CINTA DE LOMO AL HORNO G PATATAS COCIDAS P PLÁTANO PAN DE CEREALES	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON 2º CINTA DE LOMO AL HORNO G PATATAS FRITAS P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON 2º CINTA DE LOMO AL HORNO G PATATAS FRITAS P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON 2º CINTA DE LOMO AL HORNO G PATATAS FRITAS P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON 2º CINTA DE LOMO AL HORNO G PATATAS FRITAS P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º PURE DE JUDIAS VERDES 2º CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO G PATATAS COCIDAS P PLÁTANO	1º PURE DE JUDIAS VERDES 2º FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G PATATAS COCIDAS P PLÁTANO	1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON 2º CINTA DE LOMO AL HORNO G PATATAS FRITAS P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES
MIÉRCOLES	4	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA	1º PURÉ DE VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA P PERA	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA	1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P NARANJA
JUEVES	5	1º PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE PAN INTEGRAL	1º PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE PAN INTEGRAL	1º PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE PAN INTEGRAL	1º PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE PAN INTEGRAL	1º PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE DE SOJA PAN INTEGRAL	1º PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE	1º PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º MERLUZA A LA PLANCHA G P MANZANA	1º PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE PAN INTEGRAL	1º PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS P MELOCOTÓN Y LECHE PAN INTEGRAL
VIERNES	6	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR DESNATADO	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR DE SOJA	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR	1º ARROZ BLANCO REHOGADO 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR DESNATADO	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR	1º ARROZ BLANCO CON SALSA DETOMATE 2º POLLO ASADO G CALABACÍN ASADO P YOGUR



C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS OCTUBRE 2023

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUIANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	16	1º LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS Y CHORIZO 2º BACALAO AJOARRIERO G VERDURAS ASADAS P NARANJAS	1º LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º BACALAO AJOARRIERO G VERDURAS ASADAS P NARANJAS	1º LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS Y CHORIZO 2º BACALAO AJOARRIERO G VERDURAS ASADAS P NARANJAS	1º LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS Y CHORIZO 2º YORK A LA PLANCHA G VERDURAS ASADAS P NARANJAS	1º LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS Y CHORIZO 2º BACALAO AJOARRIERO G VERDURAS ASADAS P NARANJAS	1º PURE DE VERDURAS 2º BACALAO AJOARRIERO G VERDURAS ASADAS P NARANJAS	1º PURE DE VERDURAS 2º BACALAO A LA PLANCHA G VERDURAS ASADAS P PERA	1º LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º BACALAO AJOARRIERO G VERDURAS ASADAS P NARANJAS	1º PURE DE VERDURAS 2º YORK A LA PLANCHA G VERDURAS ASADAS P NARANJAS
MARTES	17	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º HUEVOS GRATINADOS CON QUESO Y BACON G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º TORTILLA FRANCESA G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º FILETE DE POLLO LA PLANCHA G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º HUEVOS GRATINADOS CON QUESO Y BACON G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º TORTILLA FRANCESA G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE DE SOJA PAN DE CEREALES	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º HUEVOS GRATINADOS CON QUESO Y BACON G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º TORTILLA FRANCESA G PATATAS COCIDAS P PERA	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º TORTILLA FRANCESA G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º PURÉ DE CALABACÍN 2º FILETE DE POLLO LA PLANCHA G PATATAS A LA PANADERA P PERA Y LECHE PAN DE CEREALES
MIÉRCOLES	18	1º ESPAGUETIS CON NATA Y BACON 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS CON TOMATE NATURAL 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON NATA Y BACON 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS CON NATA Y BACON 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS CON TOMATE 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON NATA Y BACON 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS REHOGADOS 2º RAGOUT DE PAVO P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS CON TOMATE 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO	1º ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON NATA Y BACON 2º RAGOUT DE PAVO G ENSALDA DE LECHUGA P PLÁTANO
JUEVES	19	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º MERLUZA A LA VIZCAINA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE PAN INTEGRAL	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º MERLUZA A LA VIZCAINA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE PAN INTEGRAL	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º MERLUZA A LA VIZCAINA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE PAN INTEGRAL	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE PAN INTEGRAL	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º MERLUZA A LA VIZCAINA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE DE SOJA PAN INTEGRAL	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º MERLUZA A LA VIZCAINA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE	1º ARROZ BLANCO REHOGADO 2º MERLUZA A LA VIZCAINA P MANZANA	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º MERLUZA A LA VIZCAINA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE PAN INTEGRAL	1º JUDIA BLANCAS CON QUINOA 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G ENSALADA DE REMOLACHA P MANZANA Y LECHE PAN INTEGRAL
VIERNES	20	1º PATATAS GRATINADAS CON BECHAMEL, QUESO Y DADOS DE JAMON YORK 2º CAZÓN ADOBADO Y FRITO G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P GELATINA	1º PURÉ DE PATATA 2º CAZÓN A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P YOGUR DESNATADO	1º PURÉ DE PATATA 2º CAZÓN A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P GELATINA	1º PATATAS GRATINADAS CON BECHAMEL, QUESO Y DADOS DE JAMON YORK 2º FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P GELATINA	1º PURÉ DE PATATA 2º CAZÓN ADOBADO Y FRITO G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P GELATINA	1º PURÉ DE PATATA 2º CAZÓN A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P GELATINA	1º PURÉ DE PATATA 2º MERLUZA A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P YOGUR DESNATADO	1º PURÉ DE PATATA 2º CAZÓN ADOBADO Y FRITO G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P GELATINA	1º PURÉ DE PATATA 2º FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P GELATINA



C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS OCTUBRE 2023

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	2 3	1º GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º TORTILLA DE ATÚN G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º GUISANTES REHOGADOS 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º SALCHICHAS DE PAVO G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º TORTILLA FRANCESA G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º GUISANTES REHOGADOS 2º TORTILLA DE ATÚN G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE DE SOJA PAN DE CEREALES	1º GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º TORTILLA DE ATÚN G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE	1º PURE DE VERDURAS 2º TORTILLA FRANCESA P PLÁTANO	1º GUISANTES REHOGADOS 2º TORTILLA DE ATÚN G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º PURE DE VERDURAS 2º SALCHICHAS DE PAVO G ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P PLÁTANO Y LECHE PAN DE CEREALES
MARTES	2 4	1º PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL	1º PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL	1º PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL	1º PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL	1º PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL	1º PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL	1º PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO P PERA	1º PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL	1º PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DE CERDO 2º FILETE DE MERLUZA AL HORNO G CHAMPIÑONES Y SETAS SALTEADASAL AJILLO P PIÑA NATURAL
MIÉRCOLES	2 5	1º ARROZ GUIADO MILANESA 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G VERDURAS AL HORNO P MANZANA PAN INTEGRAL	1º ARROZ BLANCO REHOGADO 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G VERDURAS AL HORNO P MANZANA PAN INTEGRAL	1º ARROZ GUIADO MILANESA 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G VERDURAS AL HORNO P MANZANA PAN INTEGRAL	1º ARROZ GUIADO MILANESA 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G VERDURAS AL HORNO P MANZANA PAN INTEGRAL	1º ARROZ GUIADO MILANESA 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G VERDURAS AL HORNO P MANZANA PAN INTEGRAL	1º ARROZ GUIADO MILANESA 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G VERDURAS AL HORNO P MANZANA	1º ARROZ BLANCO REHOGADO 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G VERDURAS AL HORNO P MANZANA	1º ARROZ BLANCO REHOGADO 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G VERDURAS AL HORNO P MANZANA PAN INTEGRAL	1º ARROZ BLANCO REHOGADO 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G VERDURAS AL HORNO P MANZANA PAN INTEGRAL
JUEVES	2 6	1º SOPA DE COCIDO 2º COCIDO COMPLETO P NATILLAS	1º SOPA DE COCIDO 2º COCIDO COMPLETO SIN CERDO P YOUR DESNATADO	1º SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN 2º COCIDO COMPLETO P NATILLAS	1º SOPA DE COCIDO 2º COCIDO COMPLETO P NATILLAS	1º SOPA DE COCIDO 2º COCIDO COMPLETO P YOGUR DE SOJA	1º SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN 2º COCIDO COMPLETO P NATILLAS	1º SOPA DE VERDURA 2º CINTA DE LOMO FRESCA A LA PLANCHA P YOUR DESNATADO	1º SOPA DE COCIDO 2º COCIDO COMPLETO SIN CERDO P NATILLAS	1º SOPA DE VERDURA 2º CINTA DE LOMO FRESCA A LA PLANCHA P NATILLAS
VIERNES	2 7	1º BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES	1º BRÓCOLI REHOGADO 2º FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES	1º BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES	1º BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES	1º BRÓCOLI REHOGADO A LA PLANCHA 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES	1º BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA	1º ARROZ BLANCO REHOGADO 2º FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES	1º BRÓCOLI REHOGADO 2º FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES	1º BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G PATATAS ASADAS P NARANJA PAN DE CEREALES

